



2026年2月レクカレンダー



今月の目標：風邪をひかないように体力をつけましょう！

日	月	火	水	木	金	土
<div>レクリエーション 14:00～15:00</div>						
1 お楽しみレク (節分)	2 漢字レク	3 特別食 エアロビ	4 ☆ 音楽療法	5 棒体操	6 ☆ キャップゲーム	7 ☆ DVD体操
8 顔ヨガ	9 脳トレ	10 手足の体操	11 トランプ	12 ピンポン カップゲーム	13 手足の体操	14 脳トレ
15 カラオケ	16 ☆ 習字ボラ	17 エアロビ	18 音楽療法	19 ヨガ	20 ビー玉 ボトルゲーム	21 ☆ ぬい絵 とくし丸
22 ☆ 特別食 ハンドメイド お誕生日会	23 漢字レク	24 玉入れゲーム	25 ぬい絵ボラ	26 生花	27 ☆ ぬい絵 (カレンダー作り)	28 棒体操
☆その他の予定は以下のとおりです☆						
入 浴 男性:月・木 午後 / 火・金 午後 女性:月・木 午前 / 火・金 午前 特浴:水・土 午前・午後		買い物代行 聞き取り 金曜日 お届け 水曜日		有料訪問理美容 理容:2/13 美容:2/24・26		※女性の顔そり 希望の方は2/13 理容日に行います
10:15より4階でラジオ体操を行います。ぜひご参加ください						介護付有料老人ホーム グニステージ野比海岸